

## **Rezension Deutsches Yoga-Forum 4/08**

Der Gründer der Schweizer "Yoga University Villeret", Reto Zbinden, hatte die gute Idee, mehr als 150 Beiträge der von ihm herausgegebenen Zeitschrift "Yoga Journal" auf CD zu veröffentlichen. Die CD-Rom befindet sich in einem ansprechend gestalteten Booklet und läuft auf praktisch jedem Computer, eine verständliche Anleitung ist beigelegt. ...

Viele Texte wurden vor der Veröffentlichung auf der CD noch einmal von den jeweiligen Autoren inhaltlich redigiert und vom Herausgeber optisch ansprechend gestaltet. Es sei mir verziehen, dass ich viele, aber nicht alle Beiträge lesen konnte. Die Qualität der von mir studierten Texte ist im Hinblick auf ihre Fundiertheit und Verständlichkeit durchweg gut bis sehr gut. Fast immer sind die Beiträge auch sehr alltags- und anwendungsbezogen; mustergültig etwa der Artikel "Blöcke als Hilfsmittel für die Yoga-Praxis" von Rodolphe Milliat, der nicht nur Iyengar-Yogis zu empfehlen ist. ... In diesem hervorragenden Stil geht es weiter. Das Spektrum der Artikel ist groß, aber es ist dem Herausgeber gelungen, alles zu einem überaus stimmigen Ganzen zusammenzufügen.

Fazit: Eine rundum gelungene CD für alle, die verschiedene Aspekte des Themas Yoga aus Theorie und Praxis vertiefen möchten. Durch die Möglichkeit, jeden Beitrag im DIN-A-4-Format auszudrucken, auch für "Computer-Muffel" zu empfehlen.

Dr. Christian Fuchs